

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор _____ Озрокова Ю.М.
 (подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3

Е.В. Белокозов
 (подпись) (Ф.И.О.)



МЕНЮ

на 16.09 2024 г.

День 6	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак I для детей от 3 до 7 лет						
Каша жидкая (манная)	180	7,3	4,2	31,4	191,3	ТТК № 83
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	№ 393
Багон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	-
Сыр (орзьями)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	№ 7
Итого:	417	12,1	8,1	56,8	348,0	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,0	91,2	№ 371
Итого:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Огурец свежий	50	0,4	0,1	1,3	7,0	-
Суп с макаронными изделиями на бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2	ТТК № 88
Голубцы ленивые	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4	ТТК № 75
Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9	№ 376
Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102,0	-
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	-
Итого:	720	23,4	16,0	91,0	612,9	-
Уплотненный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Запеканка из творога с морковью с соусом молочным	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3	ТТК №152 350
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	№ 393
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0	-
Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3	№ 467
Итого:	467	24,9	22,1	88,3	659,3	-
Итого за 6 дней:		61,2	47,0	255,1	1711,4	-

Шеф-повар:

Утверждено МОУ «Славия»
 Директор _____ Озрокова Ю.М.
 (подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3

Е.В. Белокопы
 (подпись) № 3 (Ф.И.О.)



МЕНЮ

на 17.09. 2024 г.

День 7	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Икра кабачков консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5	-
Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК № 72
Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	№ 392
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	-
Итого:	430	18,7	24,3	32,0	426,9	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4	№ 399
Итого:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Помидоры	50	0,6	0,1	1,9	12,0	-
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/25	6,6	6,3	12,8	134,6	ТТК № 202
Макаронник с мясом или печенью (печень) с соусом томатным	150/30	15,2	9,0	33,5	297,2	ТТК № 64, 348
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0	№ 372
Хлеб	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Итого:	655	25,1	15,9	86,1	611,4	-
Удешевленный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Рыба, запеченная в омлете	70	11,3	4,4	2,1	97,7	ТТК № 73
Шнорс картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4	№ 321
Чай с вареньем или сливками	200	3,0	2,5	15,6	97,3	№ 394
Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4	-
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	-
Итого:	450	20,8	13,7	66,5	481,4	-
Итого за 7 день:		65,6	54,1	204,2	1603,1	
Итого завар:						

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор _____ Озрокова Ю.М.
 (подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3

Е.В. Белокопы
 (подпись) (Ф.И.О.)

МЕНЮ

на 18.09 2024 г.

День 8	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Каши из гречки (булесовая)	180	7,8	5,5	29,0	197,6	ТТК № 104
Какао с молоком	180	3,6	3,0	15,0	101,9	№ 397
Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4	-
Яйца вареные	45	5,5	5,0	0,3	68,6	№ 213
Итого:	425	18,4	14,1	54,6	420,5	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	№ 368
Итого:	200	0,8	0,8	19,0	91,2	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Салат из свежей капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1	№ 20
Щи из свежей капусты с картофелем на м.б со сметаной	180/5	2,0	4,5	6,6	78,7	ТТК № 47
Жаркое по-домашнему	150	17,8	16,7	15,6	287,3	ТТК № 7
Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	№ 393
Хлеб мякиш	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Итого:	622	23,4	24	53,7	533,4	-
Увечеренный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Тефтели с соусом (говядина)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	ТТК № 65
Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4	№ 205
Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3	№ 398
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	-
Булочка осенняя	50	3,5	5,3	26,8	169,1	№ 478
Итого:	510	23,1	22,7	112,1	769,5	-
Итого за 8 день:		65,7	61,6	239,4	1814,6	-

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор _____ Озрокова Ю.М.
 (подпись)

Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3

Е.В. Белокопы
 (подпись) Детский сад (Ф.И.О)
 № 3

МЕНЮ

на 19.09. 2024 г.

День 9	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак для детей от 3 до 7 лет						
Каша жидкая (пшеничная)	180	8,3	4,2	35,7	213,4	ТТК № 105
Молоко кипяченое	180	5,0	4,4	8,3	94,3	№ 400
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	-
Сыр порциями	10	2,3	3,0	0,0	36,4	№7
Итого:	400	17,9	12,5	59,4	422,7	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет						
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4	№399
Итого:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	-
Обед для детей от 3 до 7 лет						
Салат из свеклы	50	0,7	2,9	4,1	45,6	№ 33
Булочки с изюмом и картофелем со сметаной	180/10	1,7	5,1	9,2	94,9	ТТК № 28
Запеканка с печени с рисом	150	19,6	11,4	16,9	276,5	ТТК № 68
Кнессель из повидла, джема, варенья	180	0,1	0,0	25,7	102,6	№ 383
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0	-
Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102,0	-
Итого:	640	26,9	19,9	86,8	667,6	-
Углетощный полдник для детей от 3 до 7 лет						
Запеканка из творога с соусом молоочным (сладким)	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7	ТТК № 151, 351
Булочки с изюмом	50	4,1	3,9	28,9	167,3	№ 467
Кефир	200	5,6	4,9	7,8	102,8	№ 401
Итого:	450	37,4	28,7	68,1	699,8	-
Итого за 9 день:		83,2	61,3	233,9	1873,5	-

Шеф-повар:

Утверждаю ООО «Славия»
 Директор _____ Озрокова Ю.М.

Согласовано Заведующая МОУ
 детского сада № 3

Е.В. Белокопы
 (подпись) Детский сад № 3 (Ф.И.О.)



МЕНЮ

на 20.09 2024 г.

День 10	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак I для детей от 3 до 7 лет					59,5	-
Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9		
Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4	ТТК № 72
Чай с молоком и сливками	200	3,0	2,5	15,6	97,3	№ 394
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6	-
Итого:	430	21,6	26,8	37,8	484,8	-
Завтрак II для детей от 3 до 7 лет					83,4	№ 399
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4	-
Итого:	200	1,0	0,2	19,6	83,4	-
Обед для детей от 3 до 7 лет					7,0	-
Огурец свежий	50	0,4	0,1	1,3	90,0	ТТК № 88/1
Суп с макаронными изделиями на К/Б	180	2,7	2,0	15,2		
Птица тушеная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5	ТТК № 66
Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,1	60,3	№ 376
Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6	-
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	-
Итого:	670	23,9	16,4	88,8	600,4	-
Ужин для детей от 3 до 7 лет					234,5	ТТК № 61
Котлеты рыбные, шницели рубленые	70	11,6	15,2	11,0		
Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	150	8,	5,1	36,9	234,4	№ 166
Чай с молоком, вареньем, джемом, медом, повидлом	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	№ 392
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	-
Итого:	450	22,1	21,0	72,8	579,3	-
Итого за 10 день:		68,6	64,4	219,0	1747,9	-

Шеф-повар: